



+
追加の惣菜・サラダ・フルーツをお届け

※「まごころランチ」は容器の仕様を
順次変更しております。

まごころランチ

1食 税込430円
5日間の場合 税込2,150円



※「まごころランチ」は容器の仕様を
順次変更しております。

13ページのご注文書にご記入いただき、「まごころスタッフ」までお渡しください。

野菜を食べる
健康習慣

1食 税込320円
5日間の場合 税込1,600円



※「まごころランチ」は容器の仕様を
順次変更しております。

サラダを食べる
健康習慣

1食 税込370円
5日間の場合 税込1,850円



※「まごころランチ」は容器の仕様を
順次変更しております。

フルーツを食べる
健康習慣

1食 税込370円
5日間の場合 税込1,850円



販売中♪

カット
フルーツ

お弁当にプラス1品シリーズ

10 5 月	あらびきウインナーの ポテトスクランブルエッグ ●キャベツと竹輪のオクラ和え ●五穀入り 豆腐そぼろのガパオ風	●なすの田楽味噌チーズ ●キャベツと竹輪のオクラ和え ●五穀入り 豆腐そぼろのガパオ風	ロメインレタスと白菜の シーザーサラダ シーザードレッシング小袋付	●パイン・メロン
10 6 火	牛肉と根菜の黒酢炒め ●ミモザサラダ ●チンゲン菜とカニ風味かまぼこの中華煮	●野菜のナムル ●ミモザサラダ ●チンゲン菜とカニ風味かまぼこの中華煮	カラフル野菜とコーンのサラダ ごまドレッシング小袋付	●メロン・オレンジ
10 7 水	肉団子のきのこ和風あん ●じゃが芋と五穀のカレーマヨサラダ ●もやしとザーサイの中華和え	●蒸し鶏とほうれん草の塩だれ和え ●じゃが芋と五穀のカレーマヨサラダ ●もやしとザーサイの中華和え	10種の雑穀とキャベツの 彩りサラダ クリーミーサウザンドレッシング小袋付	●緑ぶどう・パイン
10 8 木	豚肉のケチャップ炒め ●ブロッコリーと人参の白和え ●ビーフンと野菜の炒め物	●蓮根と枝豆の真砂炒め バター風味 ●ブロッコリーと人参の白和え ●ビーフンと野菜の炒め物	紅芯大根とフライドオニオンの パリパリサラダ すりおろし野菜ドレッシング小袋付	●パイン・メロン・オレンジ
10 9 金	オムレツの肉味噌 ●コールスローサラダ ●豆腐とほうれん草のトマトソース煮込み	●切干大根と人参の甘辛煮 ●コールスローサラダ ●豆腐とほうれん草のトマトソース煮込み	わさび香る ほうれん草と 赤玉ねぎの和風サラダ かつお節小袋・和風わさびドレッシング小袋付	●メロン・ぶどう・りんご

10 12 月	祝日 スポーツの日	祝日 スポーツの日	祝日 スポーツの日	祝日 スポーツの日
10 13 火	鶏肉のねぎ塩だれ ●彩り野菜のごまマヨサラダ ●いんげんと椎茸の彩り和風煮	●南瓜と蓮根の温サラダ ●彩り野菜のごまマヨサラダ ●いんげんと椎茸の彩り和風煮	緑黄色野菜のシーザーサラダ シーザードレッシング小袋付	●パイン・メロン
10 14 水	牛肉とこうや豆腐の甘辛煮 ●パパイアの青じそサラダ ●じゃが芋といんげんのジェノベーゼ和え	●こうや豆腐のカレー風味 ●パパイアの青じそサラダ ●じゃが芋といんげんのジェノベーゼ和え	しそとわかめのチキンサラダ 梅かつおドレッシング小袋付	●パイン
10 15 木	ハンバーグ 高リコピンケチャップソース ●ブロッコリーとツナのポン酢サラダ ●春雨のチャプチェ	●白菜と絹揚げの山椒風味 ●ブロッコリーとツナのポン酢サラダ ●春雨のチャプチェ	パプリカとクルトンのサラダ ベーコンのドレッシング小袋付	●メロン・ぶどう
10 16 金	エビカツ ソースマヨ ●蒸し鶏とオクラのわさび和え ●なすのミートマトソース	●もやしと人参の塩昆布おかか和え ●蒸し鶏とオクラのわさび和え ●なすのミートマトソース	ミックスビーンズと さつま芋のサラダ クリーミーマスタードドレッシング小袋付	●メロン・オレンジ

プラス1品のお惣菜・サラダ・フルーツ 共通

※単品ではご注文できません。まごころシリーズ・「好い日の御膳」のお弁当・お惣菜、
「ワタミdeおいしい健康」、またはキット類と一緒にご注文ください。※土日・祝日お届けはありません。
◎受付締切後のキャンセルは、お届け日2日前の午後5時までに、担当の「まごころスタッフ」または弊社受付センターへご連絡ください。なお、キャンセルの受付
は土日・祝日を除く平日午前9時～午後5時の対応とさせていただきます。ご希望に沿えない場合もございますので、あらかじめご了承ください。
◎受付締切後の変更・追加はお受けできませんので、ご了承ください。

※ドレッシング小袋は内容が変更になる場合があります。

●柑橘類・ぶどうは種が入る場合があります。ご注意ください。●ぶどうは、のどに詰まらせないように、よく噛んで召し上がってください。●メロンは季節により赤肉メロン・緑肉メロンのどちらかをお届けします。

HN 11